Memorial Sloan Kettering Cancer Center

პაციენტის და მომვლელის სწავლება

# როგორ მიიღოთ მედიკამენტები უსაფრთხოდ

ეს ინფორმაცია განმარტავს, როგორ მიიღოთ მედიკამენტები უსაფრთხოდ საავადმყოფოდან გაწერის (სახლში დაბრუნების) შემდეგ.

**წამლის დოზების გამოტოვება ან დამატებითი დოზების მიღება შეიძლება საშიში იყოს.** ყოველთვის მიიღეთ თქვენი წამალი სწორი გზით, სწორ დროს და სწორი დოზით.

## რა უნდა გააკეთოთ გაწერამდე

თითოეული თქვენი წამლის შესახებ შეეცადეთ გაიგოთ:

- თითოეული წამლის სახელწოდება.
- რატომ იღებთ მას.
- რამდენად ხშირად გჭირდებათ მისი მიღება.
- აბის ან ტაბლეტის მოქმედების სიძლიერე.
- თითოეული აბის ან ტაბლეტის რა რაოდენობა გჭირდებათ სწორი დოზის მისაღებად.

დარწმუნდით, რომ :

- გაიგეთ თქვენი სახლში მისაღები მედიკამენტების ჩამონათვალი.
- თუ აბების კოლოფის გამოყენებას გეგმავთ, შეისწავლეთ, როგორ შეავსოთ იგი.
- იცოდეთ, როგორ წაიკითხოთ ეტიკეტები თქვენი წამლის ფლაკონებზე.

სასარგებლოა, თუ თქვენი მომვლელიც თქვენთან ერთად შეისწავლის, რათა საჭიროების შემთხვევაში, შეძლოს თქვენი დახმარება. მათ შეუძლიათ ამის გაკეთება მაშინაც კი, თუ თავს თავდაჯერებულად გრძნობთ მედიკამენტების დამოუკიდებლად მართვისას.

თუ მედიკამენტთან დაკავშირებით კითხვები ან შეკითხვები გაქვთ, საავადმყოფოდან გაწერამდე მიმართეთ ექთანს ან ფარმაცევტს. თუ არ გსურთ აბების კოლოფის გამოყენება, გაესაუბრეთ თქვენს ექთანს და ფარმაცევტს. შეთანხმდით გეგმაზე, თუ როგორ მართავთ მედიკამენტების მიღებას.

## რა უნდა გააკეთოთ საავადმყოფოდან გაწერის შემდეგ



- **არასდროს შეწყვიტოთ რომელიმე მედიკამენტის მიღება ჯანდაცვის სპეციალისტთან წინასწარი კონსულტაციის გარეშე.**
- **არ მიიღოთ სხვა მედიკამენტი, ვიდრე სამედიცინო პერსონალი არ დაგიდასტურებთ, რომ ეს უსაფრთხოა.** ეს მოიცავს საკვებ დანამატებს - მაგალითად, მცენარეულ დანამატებს, ვიტამინებსა და მინერალებს - და ურეცეპტოდ გასაცემ მედიკამენტებს (წამლებს, რომელთა შეძენაც რეცეპტის გარეშეა შესაძლებელი).

ყველა ვიზიტზე თან იქონიეთ თქვენი საშინაო მედიკამენტების სია. დარწმუნდით, რომ ყოველი ვიზიტის დროს განახლებულ სიას მიიღებთ. თქვენი სამედიცინო გუნდის წევრმა ის უნდა გადმოგცეთ. გადააგდეთ თქვენი ძველი, სახლში გამოსაყენებელი მედიკამენტების სიები, რათა ისინი არ აერიოთ თქვენს ამჟამინდელ სიაში.

თქვენმა სამედიცინო მომსახურების მიმწოდებელმა შესაძლოა ვიზიტებს შორის შეცვალოს თქვენი მედიკამენტის დოზა ან მიღების განრიგი. თუ ასე მოიქცნენ, შეიტანეთ ცვლილება თქვენი სახლში მისაღები მედიკამენტების სიაში.

## მიიღეთ მედიკამენტი

სახლში გამოსაყენებელი მედიკამენტების სიაში მოცემული ინსტრუქციები შეიძლება განსხვავდებოდეს წამლის ბოთლებზე მითითებული ინსტრუქციისგან. ეს შეიძლება მოხდეს, თუ თქვენი სამედიცინო გუნდი წამლის დოზას ან მიღების განრიგს უფრო ხშირად ცვლის, ვიდრე თქვენ წამალს იმარაგებთ.

**ყოველთვის მიჰყევით სახლში გამოსაყენებელი მედიკამენტების სიაში მოცემულ ინსტრუქციას და არა მედიკამენტების ბოთლებზე დაწერილ მითითებებს.** თქვენი სახლის მედიკამენტების სია შეიცავს ყველაზე განახლებულ ინფორმაციას თქვენი მედიკამენტების შესახებ.

დააყენე მაღვიძარა, რათა არ დაგავიწყდეს წამლის მიღება. გამოიყენეთ მაღვიძარები, ტაიმერები ან ჭკვიანი საათი. კვებასთან ერთად წამლის მიღების დაგეგმვაც შეიძლება დაგეხმაროთ.

ზოგიერთმა წამალმა შეიძლება გულისრევის შეგრძნება გამოიწვიოს (თითქოს ღებინება გინდათ). ზოგჯერ მხოლოდ წამლის მიღებაზე ფიქრმაც კი შეიძლება გულისრევის შეგრძნება გამოიწვიოს. გულისრევის თავიდან ასაცილებლად, დაიცავით ეს რჩევები:

- მიიღეთ გულისრევის საწინააღმდეგო წამალი. ეს გააკეთეთ სხვა წამლის მიღებამდე 30 წუთით ადრე.

- ზოგიერთი წამლის მიღება უსაფრთხოა საკვებთან ერთად. ამ წამლების მიღების წინ ან მიღებისას მიირთვით საკვები ან წაიხემსეთ.
- შესაძლოა, წამლის ნაწილი უზმოზე მიღება დაგჭირდეთ. არ მიირთვათ საკვები ამ მედიკამენტების მიღებამდე ან მიღებისას. მიჰყევით თქვენს სახლში გასაცემი მედიკამენტების სიაში მოცემულ ან თქვენი ჯანდაცვის პროვაიდერის მიერ მოწოდებულ ინსტრუქციებს. სხვა მედიკამენტები უზმოზე არ მიიღოთ, განსაკუთრებით - დილით, ყველაზე ადრე.
- არცერთ შემთხვევაში არ ეცადოთ ყველა აბის ერთდროულად გადაყლაპვას, განსაკუთრებით - დილით, უზმოზე.

## წამლის მარაგის შევსების შეკვეთა

**არ დაუშვათ, რომ წამალი გაგითავდეთ.** მიადევნეთ თვალი, როდის გჭირდებათ მარაგის შევსება. მოითხოვეთ წამლის მარაგის შევსება წამლის ამოწურვამდე 5 ან მეტი დღით ადრე. ზოგჯერ წამლის მომზადებას ერთი-ორი დღე სჭირდება.

როდესაც ყველა განმეორებით რეცეპტს გამოიყენებთ, ახალი რეცეპტი დაგჭირდებათ. სთხოვეთ თქვენს სამედიცინო მომსახურების მიმწოდებელს, გამოგიწეროთ ახალი რეცეპტი წამლის დამატებითი

რაოდენობის მისაღებად.

ეცადეთ, წამლების შესაძენად ზედმეტად ბევრი სხვადასხვა აფთიაქით არ ისარგებლოთ. ზოგჯერ სხვადასხვა აფთიაქი ერთი და იმავე წამლის სხვადასხვა ბრენდს იყენებს. მიუხედავად იმისა, რომ წამალი იგივეა, აბები შეიძლება განსხვავებულად გამოიყურებოდეს. ამან შეიძლება დაგაბნიოთ.

## შეინახეთ წამალი

მუდმივი დანიშნულების მედიკამენტები ცალკე შეინახეთ საჭიროებისამებრ (PRN) მისაღები მედიკამენტებისგან, თუ ასეთებს იყენებთ. მაგალითად, მუდმივად მისაღები მედიკამენტების ფლაკონები შეინახეთ ეტიკეტირებულ პაკეტში, საჭიროებისამებრ მისაღები (PRN) მედიკამენტებისგან განცალკევებით.

- რეგულარული მიღების წამლები არის მედიკამენტები, რომლებსაც განსაზღვრული გრაფიკით იღებთ.
- PRN მედიკამენტები არის წამლები, რომლებსაც მხოლოდ საჭიროების შემთხვევაში იღებთ - მაგალითად, გულისრევის საწინააღმდეგო ან ტკივილგამაყუჩებელი საშუალებები.

## შეავსეთ თქვენი აბების კოლოფი

თუ ანგარიშების ყუთის გამოყენებას გეგმავთ,

დამატებითი ინფორმაციისთვის გაეცანით *როგორ შეავსოთ აბების კოლოფი* (https://mskcc.prod.acquia-sites.com/ka/cancer-care/patient-education/how-fill-your-pill-box)-ს.

## როდის უნდა დაუკავშირდეთ თქვენს სამედიცინო გუნდს

დაუკავშირდით ექიმს, ექთანს ან ფარმაცევტს, თუ:

- როდის უნდა დაუკავშირდეთ თქვენს სამედიცინო გუნდს დარეკეთ მარაგის ამოწურვამდე სულ მცირე 5 დღით ადრე.
- მედიკამენტებთან დაკავშირებით პრობლემები გაქვთ?
- გაქვთ კითხვები თქვენს მედიკამენტთან დაკავშირებით?

კითხვების ან პრობლემების შემთხვევაში მიმართეთ თქვენს ჯანდაცვის პროვაიდერს. თქვენი მკურნალთა გუნდის წევრი გიპასუხებთ ორშაბათიდან პარასკევის ჩათვლით. დილის 9 საათი საათიდან საღამოს 5 საათის შემდეგ ამ საათების გარეთ, შეგიძლიათ დატოვოთ შეტყობინება ან ესაუბროთ MSK-ს სხვა წარმომადგენელს. რომელიმე ექიმი ან ექთანი ყოველთვის იქნება ხაზზე. თუ არ ხართ დარწმუნებული, როგორ დაუკავშირდეთ თქვენს ჯანდაცვის პროვაიდერს, დარეკეთ ნომერზე 212-639-2000.

დამატებითი რესურსებისთვის ეწვიეთ www.mskcc.org/pe ჩვენი ვირტუალური ბიბლიოთეკის მოსაძიებლად.


ყველა უფლება ეკუთვნის და დაცულია Memorial Sloan Kettering Cancer Center-ის მიერ